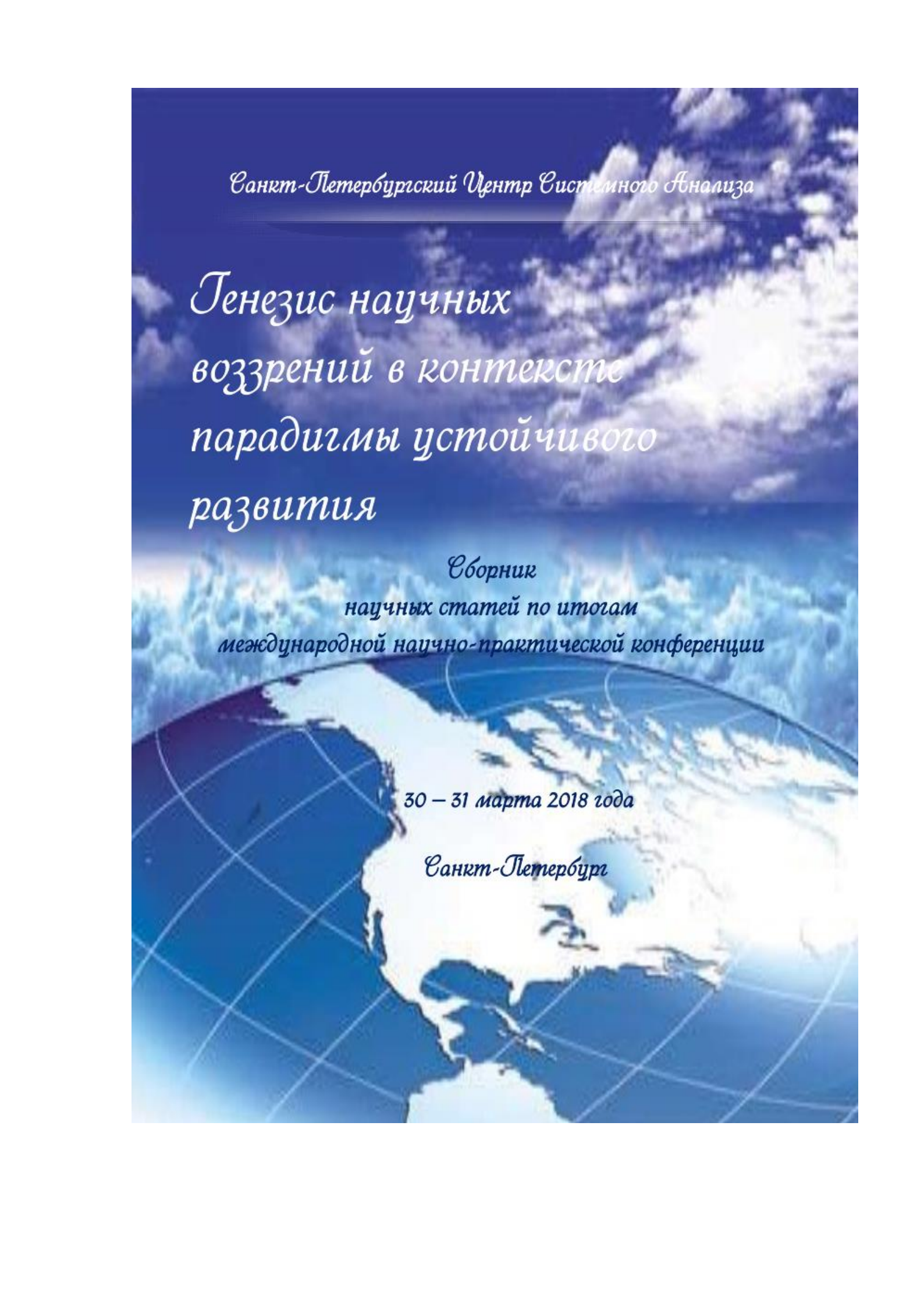


The background of the entire page is a composite image. The top half shows a bright blue sky with white, fluffy clouds. The bottom half shows a blue-tinted image of the Earth's globe, with white grid lines representing latitude and longitude. The continents are visible in a lighter blue/white color.

Санкт-Петербургский Центр Системного Анализа

*Тенезис научных
воззрений в контексте
парадигмы устойчивого
развития*

*Сборник
научных статей по итогам
международной научно-практической конференции*

30 – 31 марта 2018 года

Санкт-Петербург



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ЦЕНТР СИСТЕМНОГО АНАЛИЗА

ГЕНЕЗИС НАУЧНЫХ ВОЗЗРЕНИЙ В КОНТЕКСТЕ ПАРАДИГМЫ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ

*СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ
ПО ИТОГАМ МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ*

30 – 31 марта 2018 года

Издательство «КульИнформПресс»
2018

УДК 00; 001; 004; 008; 1; 8; 9; 30; 31; 32; 33; 34; 37; 52; 54; 55; 57; 60; 61; 62; 63; 66; 69; 72; 80; 91; 93; 303.732; 316; 379.85; 504; 550; 615; 622; 629; 930; 639.2.05; 3179

ББК 2; 3; 4; 5; 6/8; 20; 20.1; 22.1; 24; 26; 26.3; 26.9; 28; 30; 33; 38; 39; 47; 52; 60; 60.5; 63; 65; 66; 67; 71; 72; 74; 75.8; 78; 78.0; 78.6; 80; 80/84; 85.11; 88; 94

*Электронная версия сборника размещается
в Научной электронной библиотеке (eLibrary.ru)
(лицензионный договор с ООО «НЭБ» № 2423-10/2014К)*

Генезис научных воззрений в контексте парадигмы устойчивого развития, г. Санкт-Петербург. – СПб.: Изд-во «КульТИнформПресс», 2018. – 337 с.

Сборник включает статьи участников Международной научно-практической конференции «Генезис научных воззрений в контексте парадигмы устойчивого развития», прошедшей 30-31 марта 2018 года в городе Санкт-Петербурге на базе «Санкт-Петербургского Центра Системного Анализа».

Сборник содержит статьи по **научным направлениям**: архитектура и строительство; биологические науки; географические науки; горное дело; землеустройство, кадастр и мониторинг земель; инженерное дело; информационные технологии; исторические науки; культурология; медицинские науки; наука в целом; науки о Земле; нефтегазовое дело; педагогические науки; политические науки; психологические науки; рыбное хозяйство. охота; сельскохозяйственные науки; системный анализ; социологические науки; строительство; судовождение; технические науки; туризм; фармакология; филологические науки; химические науки; экология и природопользование; экономические науки; юридические науки.

В материалах конференции обсуждаются проблемы различных областей современной науки. Статьи представлены учеными и специалистами Российской Федерации и ближнего зарубежья. Сборник представляет интерес для учёных различных исследовательских направлений, преподавателей, студентов, аспирантов – для всех, кто интересуется развитием современной науки.

Издательство не несет ответственности за материалы, опубликованные в сборнике. Все материалы поданы в авторской редакции и отображают персональную позицию участника конференции.

ISBN 978-5-8392-0701-1

© «Санкт-Петербургский
Центр Системного Анализа»,
2018

© Издательство «КульТИнформПресс»,
2018

**СОДЕРЖАНИЕ****АРХИТЕКТУРА И СТРОИТЕЛЬСТВО**

<i>Грибова О.Н.</i> ТЕПЛОТЕХНИЧЕСКИЙ РАСЧЕТ КАК ВАЖНЫЙ ЭТАП ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ ЗДАНИЙ И СООРУЖЕНИЙ.....	10
---	----

БИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

<i>Апсолохова О.Д., Кириллов А.Ф., Свеишиков Ю.А.</i> ПЕРВЫЕ СВЕДЕНИЯ О ЦЕСТОДАХ РЫБ ВОДОЕМА-ОХЛАДИТЕЛЯ ЯКУТСКОЙ ТЭЦ.....	12
<i>Кузьмина Л.И.</i> РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЗООПЛАНКТОНА ПО ПРОДОЛЬНОМУ ПРОФИЛЮ РЕКИ НЮЯ.....	13

ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ НАУКИ

<i>Mukhammedova N.J.</i> HISTORICAL-SCIENTIFIC BASIS OF DEMOGRAPHIC PROCESS IN UZBEKISTAN..	14
---	----

ГОРНОЕ ДЕЛО

<i>Хромых Л.Н., Никитин А.В., Литвин А.Т.</i> СОВРЕМЕННЫЕ СПОСОБЫ УВЕЛИЧЕНИЯ НЕФТЕОТДАЧИ С ПРИМЕНЕНИЕМ ТЕХНОЛОГИЙ ЭЛЕКТРОПРОГРЕВА.....	16
--	----

ЗЕМЛЕУСТРОЙСТВО, КАДАСТР И МОНИТОРИНГ ЗЕМЕЛЬ

<i>Евтушкова Е.П.</i> ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ОБЪЕКТА ГОРОДСКОЙ НЕДВИЖИМОСТИ.....	20
--	----

ИНЖЕНЕРНОЕ ДЕЛО

<i>Рац А.М.</i> ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ СИЛЬФОННЫХ И САЛЬНИКОВЫХ КОМПЕНСАТОРОВ В УСЛОВИЯХ СИБИРИ.....	23
--	----

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

<i>Глазырин А.М.</i> ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ ОПК НА ОСНОВЕ КОНЦЕПТУАЛЬНОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ.....	24
<i>Есикова Т.Н., Девочкин Ю.В.</i> РАЗРАБОТКА ИНСТРУМЕНТАРИЯ ФОРМИРОВАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ БАЗЫ ЗНАНИЙ ДЛЯ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ ГЕОЭКОНОМИЧЕСКИХ СДВИГОВ МХС НА ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ АЗИАТСКОЙ РОССИИ.....	26
<i>Кудашев Д.А.</i> СИСТЕМА ОПЕРАТИВНОГО УДАЛЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ СЕТЕВОЙ ИНФРАСТРУКТУРОЙ И УСТРОЙСТВАМИ.....	30

ИСТОРИЧЕСКИЕ НАУКИ

<i>Зуева Л.И., Шотбакова Л.К.</i> СОХРАНЕНИЕ ЭТНОКУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЛИЧНОСТИ ПУТЕМ ПРИОБЩЕНИЯ К РОДНОМУ ЯЗЫКУ И КУЛЬТУРЕ КАЗАХСТАНА.....	33
---	----

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

<i>Толстых И.Н., Петрова Г.А., Поветкина А.А., Шипаева С.М.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ БАЛОВ В ЭПОХУ ЕКАТЕРИНЫ II ВЕЛИКОЙ.....	36
--	----

МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

<i>Андрянов М.Т., Ильичева О.Е.</i> ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЖЕНЩИН ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА С РЕЦИДИВИРУЮЩЕЙ ФОРМОЙ ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ.....	38
<i>Асымбекова Г.У., Асымбекова А.Ш., Сарымсакова Т.А., Джангузаков Н.Т.</i> ОЦЕНКА ЖЕНЩИН С СИНДРОМОМ ПОЛИКИСТОЗНЫХ ЯИЧНИКОВ В ПРОГРАММЕ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	42
<i>Борисова Е.А.</i> АУДИТ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕДИЦИНСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК ИНСТРУМЕНТ УПРАВЛЕНИЯ КАЧЕСТВОМ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ.....	46
<i>Кораблев В.Н., Гандурова Е.Г., Димова О.А.</i> ПРОЦЕССНЫЙ ПОДХОД КАК ОСНОВА УПРАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ.....	47



<i>Малеванная В.А.</i> ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С ДИСФУНКЦИЕЙ БИЛИАРНОГО ТРАКТА.....	49
<i>Масыбаева А.А.</i> АКТИВНОСТЬ ЦИТОКИНОВОЙ СИСТЕМЫ У ЖЕНЩИН С ГИПЕРПЛАСТИЧЕСКИМИ ПРОЦЕССАМИ ЭНДОМЕТРИЯ.....	51
<i>Песоцкая Е.Н., Белова Л.А., Макарова Ю.А.</i> ЭКЗОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ МЕХАНИЗМ СУЩЕСТВОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА КАК БИОЛОГИЧЕСКОГО ВИДА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ СОЦИОСФЕРЫ.....	54
НАУКА В ЦЕЛОМ	
<i>Катульский А.А.</i> К ВОПРОСУ ОБ ЭЛЕКТРОННОЙ МОДЕЛИ КОМПЛЕКСА МЕРОПРИЯТИЙ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ ОТЕЧЕСТВА.....	56
НАУКИ О ЗЕМЛЕ	
<i>Блищенко А.А.</i> СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МАРКШЕЙДЕРСКИХ ПРИБОРОВ НА ОТКРЫТЫХ ГОРНЫХ РАБОТАХ.....	60
<i>Сейден А.Б.</i> ПРОМЫСЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ВОДЫ НА МЕСТОРОЖДЕНИИ УЗЕНЬ.....	61
НЕФТЕГАЗОВОЕ ДЕЛО	
<i>Татарникова Е.Э., Казеннова С.Д.</i> ПРОВЕДЕНИЕ ГКО НАГРЕВОВСКОМ МЕСТОРОЖДЕНИИ ПЛАСТА Б-2.....	64
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	
<i>Головченко О.П., Литвинов Р.В.</i> ФЕНОМЕН ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ.....	66
<i>Горбунова О.В., Мазитова Н.В.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ДЕТСКОМУ ФИТНЕСУ НА ОСВОЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	71
<i>Ершова П.А., Гончаров А.В.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИРТУАЛЬНЫХ ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ ПО ФИЗИКЕ В ДИСТАНЦИОННОМ ШКОЛЬНОМ ОБУЧЕНИИ.....	75
<i>Ким Т.А., Грешилова Н.В.</i> ИНТЕРАКТИВНАЯ ТЕМАТИЧЕСКАЯ ИГРА КАК МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИКИ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ.....	77
<i>Козырева А.В., Терновая И.А.</i> МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ БИЛИНГВАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ МАТЕМАТИКЕ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ.....	79
<i>Матанцева О.В.</i> ОБУЧЕНИЕ НАПИСАНИЮ ИЗЛОЖЕНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ.....	83
<i>Мевх А.В.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕФЛЕКСИВНОГО ДНЕВНИКА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СОБЫТИЯ.....	85
<i>Метлушко Е.В.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ МУЖЧИН 18-35 ЛЕТ КАК ОСНОВА ДЛЯ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ПРОГРАММЫ СИЛОВОЙ ФИТНЕС-ТРЕНИРОВКИ.....	87
<i>Митрофанов А.Ю.</i> «ПРАВИЛО СЕМИ ШАГОВ» В ПРЕПОДАВАНИИ МАТЕМАТИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН В ВУЗЕ.....	90
<i>Палий Н.Ю., Бессонов В.В.</i> ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПО ФИЗИКЕ.....	93
<i>Рыбаков М.Д.</i> КОМПЛЕКС ЭЛЕКТРОННЫХ ТАБЛИЦ ДЛЯ БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ ОЦЕНКИ УСПЕВАЕМОСТИ.....	94
<i>Сарапулов С.Н., Семикин Д.С., Холин М.В., Ярославский Д.И.</i> ПРИМЕНЕНИЕ ГИМНАСТИЧЕСКИХ ТРЕНАЖЁРОВ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ.....	115
<i>Суркова Л.В., Хутин С.А.</i> ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ВУЗЕ КАК ЭЛЕМЕНТ ВСЕСТОРОННЕГО ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ.....	116
<i>Frolova O.A., Lopatinskaya V.V.</i> INTERCULTURAL COMMUNICATION AS A COMPONENT OF PROFESSIONAL EDUCATION IN TOURISM.....	119



Примером тому может послужить функционирование сердечно-сосудистой системы человека в представлении японского ученого Кацудзо Ниши [8].

Ликвидация этой диспропорции представляется нам делом первостепенной важности.

Литература

1. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев: Здоровье, 1987. – 223 с.
2. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 274 с.
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина. – 1966. – 228 с.
4. Головченко О.П. Физкультурное образование студентов. ЭИ. – Омск: Изд. СибАДИ, 2015. – 476 с.
5. Петровский В.В. Организация спортивной тренировки. – Киев: Здоровье, 1978. – 92 с.
6. Бальсевич В.К. Эволюционная биомеханика: теория и практические приложения // Теория и практика физической культуры. – 1966. – № 11. – С. 15-19.
7. Ратов И.П. Перспективы преобразования системы подготовки спортсменов на основе использования технических средств и тренажеров // Теория и практика физической культуры. – 1976. – № 10. – С. 60-65.
8. Система здоровья Кацудзо Ниши. ЭИ. – СПб.: Изд. дом «Невский проспект», 2005. – 58 с.

УДК 37

ББК 75

*Горбунова Ольга Васильевна, канд. пед. наук, доцент,
Дальневосточный федеральный университет,
г. Владивосток*

e-mail: GorbunovaOV@yandex.ru

*Мазитова Наталья Вадимовна, канд. пед. наук, доцент,
Дальневосточный федеральный университет,
г. Владивосток*

e-mail: nvmazitova@mail.ru

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ДЕТСКОМУ ФИТНЕСУ НА ОСВОЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: В данной статье рассматриваются вопросы состояния двигательной активности детей дошкольного возраста и оценка влияния занятий детским фитнесом на изменение развития двигательных действий у детей раннего дошкольного возраста.

Ключевые слова: ранний дошкольный возраст, двигательные действия, детский фитнес, направления детского фитнеса.

Ранний возраст является важным этапом в жизни человека, в этот период закладываются наиболее фундаментальные способности, определяющие дальнейшее развитие человека [1]. На данном этапе в первую очередь важно развитие двигательной функции детей, в дальнейшем формирование основных движений ребенка [2].

Как известно, ослабленность детей из-за недостатка физических нагрузок сегодня одна из самых больших тревог детских специалистов. Дети больше времени уделяют планшету, компьютеру, телевизору, чем подвижным играм во дворе, поэтому физическая форма их оставляет желать лучшего. И это несмотря на то, что все прекрасно знают, что регулярные физические нагрузки укрепляют не только мышцы и суставы, но и волю, и служат залогом хорошего здоровья [3].

Ранний детский возраст охватывает период жизни от 1 до 3 лет. Именно в этот период осуществляются наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Поэтому, если данный период будет упущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать пробы, устранить допущенные ошибки будет чрезвычайно трудно [4].

Занятие детским фитнесом позволит заложить фундамент для всестороннего развития физических и духовных способностей ребенка. Таким образом, к моменту поступления в школу, дети должны овладеть определенным запасом двигательных действий, которые позволят им адаптироваться к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и в частности всей физкультурно-спортивной деятельности [5].

Занятия фитнесом не тяжелые спортивные тренировки, а увлекательные занятия в игровой форме. «Фитнес для детей» развивает у детей координацию движений, пластичность, укрепляет осанку, игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка [3]. Фитнес все чаще входит в практику работы и с детьми [6; 7].

В зависимости от возраста детей, программы детского фитнеса классифицируют для детей от 1 года до 3 лет вместе с родителями, для детей дошкольного возраста от 3 лет до 7 (младший, средний, старший) [8].

Е.Г. Сайкина [8] определяет детский фитнес как общедоступную, высокоэффективную, эмоциональную систему оздоровления детей и подростков средствами современных фитнес-технологий, постоянно обновляющую свой арсенал средств и методов. По мнению В.В. Борисовой и Т.А. Шестаковой [9], детский фитнес позволяет удовлетворить потребность детей в двигательной активности, способствуют укреплению здоровья, увеличению функциональных резервов организма, профилактике заболеваний, повышает интерес к занятиям физическими упражнениями, приобщает их к здоровому образу жизни. Это достигается за счёт использования новейших оздоровительных технологий, современного инвентаря и оборудования, музыкального сопровождения детских направлений фитнеса, общедоступности, высокой эффективности и эмоциональности занятий.

И. Евтух [10] отмечает, что детский фитнес может использоваться в рамках физкультурных занятий или в качестве дополнительных занятий. В.В. Борисова [9] и Е.Г. Сайкина [3] предлагают следующие направления детского фитнеса:

- гимнастическо-атлетическое направление: ритмическая гимнастика, терра-аэробика, классическая аэробика, степ-аэробика, аэрофитнес, силовые направления аэробики (с гантелями, эспандерами и др. утяжелителями), стретчинг, семейная гимнастика (на основных движениях гимнастики), футбол-гимнастика, элементы шейпинга, калланетики, креативная гимнастика и др.

- игровое направление: подвижные, музыкальные, развивающие, игры, эстафеты и элементы спортивных игр; танцевально-игровая гимнастика «Са-Фи-Дансе»; двигательный игротренинг; игровой стретчинг; игры по станциям (круговая тренировка, круговая аэробика) и др.

- коррекционное, лечебно-профилактическое направление: лечебно-профилактический танец "Фитнес-Данс", коррекционные программы, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки, танцевальная терапия, футбол, дыхательная гимнастика, релаксационная гимнастика и др.

- танцевальное направление: аэроданс; ритмопластика, все направления танцевальной аэробики: хип-хоп, фанк, джаз, латина, афро, фолк и др.; основы хореографии и современного танца и др.

В детском фитнесе имеется возможность сочетать различные компоненты: танцы, музыку, пластику, футбол-гимнастику, степ-аэробику, силовую аэробику, элементы из видов спорта (фит-спорт) и т.п. Музыка активизирует выполнение разных видов упражнений, позитивно влияет на эмоциональную сферу, способствует согласованию двигательных действий с музыкальным сопровождением, помогает воплощать характер и точность двигательных действий через пластику, эстетичное исполнение движений [6; 7].

Исследования В.В. Борисовой, Т.А. Шестаковой [9], Е.Г. Сайкиной [3], И. Евтух [10] и других подтверждают, что занятия детским фитнесом способствуют освоению различных видов движений, обеспечивают комплексное воздействие на организм детей, способствуют развитию двигательных способностей, повышению уровня физической подготовленности.

Обучение ребёнка движениям осуществляются в соответствии с закономерностями формирования двигательных действий. Они условно представляют собой последовательный переход от знаний и представлений о действии к умению выполнять его, а затем от умения к навыку. Эффективность обучения двигательным действиям зависит от того, насколько соблюдается в нём объективная последовательность действия и соответствующих компонентов функциональной системы в целом. При формировании двигательного действия возникает первоначальное двигательное умение. Оно представляет собой действие, не доведённое до значительной степени автоматизации [11].

Для выработки первоначального умения характерно наличие следующих факторов: – постоянная концентрация внимания в процессе действия; – относительно невысокая степень участия двигательных автоматизмов в управлении движением; – относительная изменчивость техники движений, а иногда и нарушение её; – маловыраженная слитность движений и обусловленная этим растянутасть их во времени.

Двигательные умения и двигательный навык являются последовательными ситуациями на пути формирования двигательного действия. В результате неоднократного повторения двигательное умение автоматизируется и превращается в двигательный навык [12].

В настоящее время для дошкольников разработаны основы и содержание комплексного физического воспитания, которые направлены на обучение основным движениям, воспитание комплекса основных физических качеств и разнообразных функционально-двигательных способностей детей [13].

Для детей раннего и младшего дошкольного возраста методики физического воспитания в основном направлены на их адаптацию к детскому саду и оздоровлению [14].

В ходе проведения научного исследования нами было выдвинуто предположение о том, что использование в физическом воспитании детей раннего дошкольного возраста, средств фитнеса, значительно улучшит показатели развития двигательных действий.

Для экспериментального подтверждения рабочей гипотезы исследования был организован и проведен педагогический эксперимент, с участием детей 2-3 лет в количестве 20 человек. Были сформированы 2 группы детей по 10. Занятия в экспериментальной и контрольной группах проводились МБДОУ «детский сад № 93» общеразвивающего вида, г. Владивостока.

Для возрастной группы от 2 до 3 лет проводились регулярные занятия в течение 9 месяцев, так как дети этого возраста часто приостанавливают посещение клуба в летнее время года [15].

Структура проведения занятий по детскому фитнесу состояли из общепринятых частей.

В подготовительной части применялись упражнения общеукрепляющие, для всех групп мышц, темп умеренный, 60-90 акц/мин. В первой части занятия предлагаются упражнения в ходьбе, беге, построении, перестроении. Обращали особое внимание на чередование упражнений в ходьбе и беге: их однообразие утомляет детей, снижает качество упражнений. Продолжительность бега для детей 2-3 лет на занятиях различна. В начале года бег осуществляется 2-3 раза по 20-25 сек. в чередовании с ходьбой, к середине года продолжительность бега может быть увеличена до 30-35 сек. [16].

В основной части происходило постепенное увеличение темпа. Применялись общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, которые проводились на основные мышечные группы. Предлагались 5-6 упражнений по 5-6 повторов от 5 до 6 раз. Использовали функциональную музыку, которая активизировала внимание за счет изменения ритма и темпа; включение хлопков, щелчков; чередование упражнений.

В этой части занятия происходило обучение основным движениям: прыжкам, равновесию, метанию и лазанию. На одном занятии, как правило, предлагалось два, иногда три основных вида движений.

При обучении основным движениям в вводной и основной частях занятия дети осваивали определенные двигательные действия, которые затем закрепляются и совершенствуются в подвижных играх и в быту. Одна и та же игра повторялась на нескольких занятиях 2-3 раза подряд и несколько раз в течение года.

В заключительной части занятия темп медленный, количество муз. акц/мин. 40-60. Проводились игры и игровые упражнения малой интенсивности, способствующие постепенному снижению двигательной активности. И использовались упражнения в ходьбе, несложные игровые задания.

В программу занятий по детскому фитнесу входили различные спортивные направления, например, йога, аэробика, гимнастика, акробатика, а также танцевальные элементы. Благодаря широкому спектру видов фитнеса, дети могли развивать себя всесторонне и глубоко.

В начале и в конце исследования мы оценили правильность техники выполнения отдельных двигательных действий. На начальном этапе проведенная нами оценка показала, что дети 2-3 лет имели средние показатели. А после, показатели экспериментальной группы заметно увеличились, по сравнению контрольной.

Наибольшие изменения в показателях в упражнении лазание вверх-вниз по гимнастической стенке в экспериментальной группе на 1,3 балла в контрольной группе изменились на 0,9 балла (рис. 1).

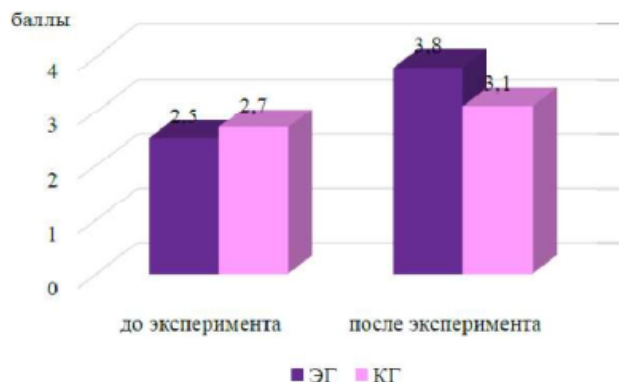


Рис. 1. Изменение показателей двигательных действий у детей 2-3 лет в ходе эксперимента (упражнение: лазание вверх-вниз по гимнастической стенке)

Прыжки в длину с места в экспериментальной группе улучшились на 1,2 балла, в контрольной на 1 балл (рис. 2).

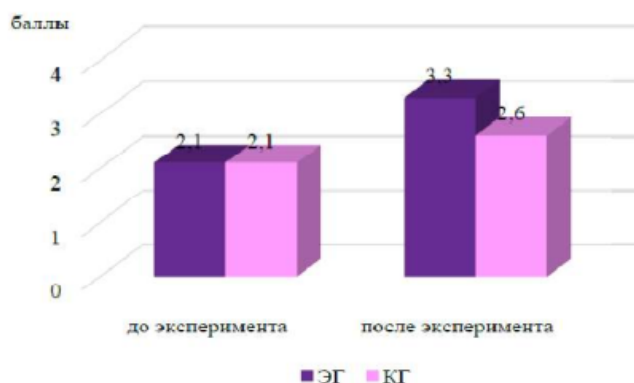


Рис. 2. Изменение показателей двигательных действий у детей 2-3 лет в ходе эксперимента (упражнение: прыжки в длину с места)

Изменения в экспериментальной группе наблюдаются в поднятии и спуске по наклонной доске на 1,1 балл, в контрольной всего на 0,6 балла (рис. 3).

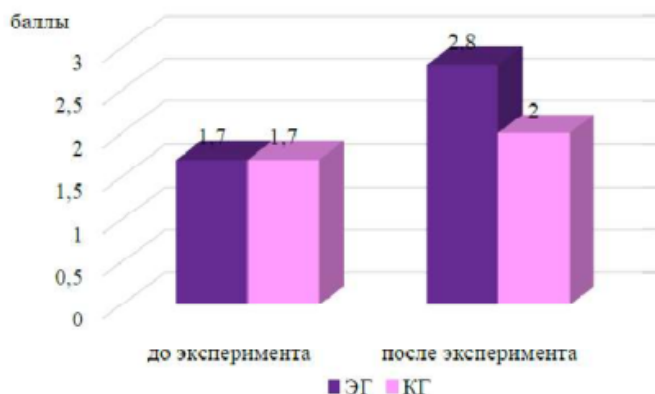


Рис. 3. Изменение показателей двигательных действий у детей 2-3 лет в ходе эксперимента (упражнение: поднятие и спуск по наклонной доске)

В заключении мы считаем необходимым подвести итог проведенного исследования. Полученные данные позволяют утверждать, что целенаправленная работа в экспериментальной группе средствами фитнеса, оказывает заметное влияние на развитие двигательных действий детей раннего дошкольного возраста.

Литература

1. Смирнова Е. Ранний возраст – важный ответственный этап развития человека / Е. Смирнова // Дошкольное воспитание. – 2009. – № 8. – С. 18-26.
2. Романчук А.П. Массажная гимнастика как одна из форм физического воспитания детей раннего возраста / А.П. Романчук, В.В. Беседа // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2009. – № 11. – С. 94-96.
3. Сайкина Е.Г. Использование средств детского фитнеса в физическом воспитании детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья [Текст] / Сайкина, Е.Г. // Адаптив. физкультура. – 2006. – № 2. – С. 32-34.
4. Синьков В.А., Шпорт М.В. Первые шаги. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – 139 с.
5. Лях В.И. Двигательные способности // Физическая культура и спорт. – 1996. – № 4. – С. 75.
6. Кузнецова Е.Ф. Фитнес как средство развития базовых двигательных качеств дошкольников / Е.Ф. Кузнецова // Всероссийский сетевой журнал Дошкольник. РФ. – 2016. – № 9(82). – С. 23.
7. Пономарев Г.Н. Применение детского фитнеса в дошкольных образовательных учреждениях / Пономарев Г.Н., Казакевич Н.В., Кузьмина С.В. // Культура физическая и здоровье. – 2013. – № 4(46). – С. 20-23.
8. Сайкина Е.Г. Фитнес в физкультурном образовании детей дошкольного и школьного возраста в современных социокультурных условиях / Е.Г. Сайкина: Монография. – СПб., 2008. – 64 с.
9. Борисова В.В. Оздоровительный фитнес в системе физического воспитания дошкольников и младших школьников: Учеб.-метод. пособие / В.В. Борисова, Т.А. Шестакова. – Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого. – 2011. – 84 с.
10. Евтух И. Детский фитнес как средство оздоровления / И. Евтух // Здоровы лад жыця. "У дапамогу педагогу": навукова-метадычны часопіс. – 2016. – № 10. – С. 46-49.
11. Луурн Ю.Ф., Физическое воспитание детей. – М.: Просвещение, 2005. – 63 с.
12. Фонарева М.И. Развитие движений ребенка-дошкольника. – М.: Просвещение. 1981. – 107 с.
13. Кравчук А.И. Комплексное физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста: (состояние и перспективы) / А.И. Кравчук // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 4. – С. 26-31.
14. Голубева Г. Психомоторная коррекция как средство реабилитации детей с задержкой психического развития / Г. Голубева, Л. Грибова, Е. Конева // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 10. – С. 25-31.
15. Ясон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. Ростов н/Д. Книга для педагогов. Серия «Библиотека учителя». – 2004. – 624 с.
16. Барышникова Т. К. Азбука хореографии: Метод. указ. – СПб.: Респекс: Люкси, 2006. – 89 с.